

心灵伙伴大学

# 心理评估的核心模型SORC

--通过功能评估理解问题行为

李亚亭

发展与教育心理学硕士，国家二级心理咨询师，热爱专业领域探索与研究，深耕教育行业多年

# ● 目录

---

- 01 相关概念介绍
- 02 行为功能评估SORC模型
- 03 SORC行为功能评估案例

# 01 相关概念介绍

# 什么是行为？

/ 行为指人类的所作所为，包括他们说的、想的和感受的。例如：撕开一袋花生是行为，想象花生吃起来的口感如何也是一种行为。

/ 传统对行为的定义：可观察的事件，有机体与环境互动的部分，其特性为有机体的某个部分随着时间具有可侦测之空间上的位移，因此引起至少一个环境方面可测量的改变（Skinner, 1938）。

/ 当代对行为的定义：可观察（骂人）与不可观察的事件（想法、情绪）；

## 什么是行为功能评估？

Behavior Functional Analysis

/ 由Canfer 和 Saslow于1974年建立

/ 行为治疗学中最核心/最基本/最重要的概念与方法

/ 在进行行为干预前，需要对问题行为的起因，带来的后果及其动机与需求做评估，以便对症下药，确定来访者的问题行为和治疗的目标与方法。---钱铭怡《心理咨询与治疗》P194

/ 对一类行为的改变而非某一特定形式的行为



## 02 行为功能评估SORRC模型



# ● 如何做行为功能评估 / 水平&垂直评估

水平行为分析

Micro Analysis

S — O — R — C

A M 垂直  
n i c 行为  
a l r 分析  
y s i s  
s

早年经历  
家庭教养  
重大生活事件  
核心信念  
规则假设



# ● 水平行为评估SORC模型基本假设

实质：综合分析和问题行为有关的所有控制变量，来访者自身资源，利用所有可获得的信息尝试确定干预目标以及解决方法的优先次序。



## ● 哪些行为需要改变? /SORC

**靶行为:** 在整个咨询干预过程中, 需要加以改变的具体问题行为。往往是广义的行为, 包括想法/态度/情绪体验/躯体症状/相对固定的行为模式。

持续时间

强度

发生频率

广泛性

想法认知

情绪体验

躯体症状

相对固定的行为

假设:如果我学习不好, 别人会不喜欢我

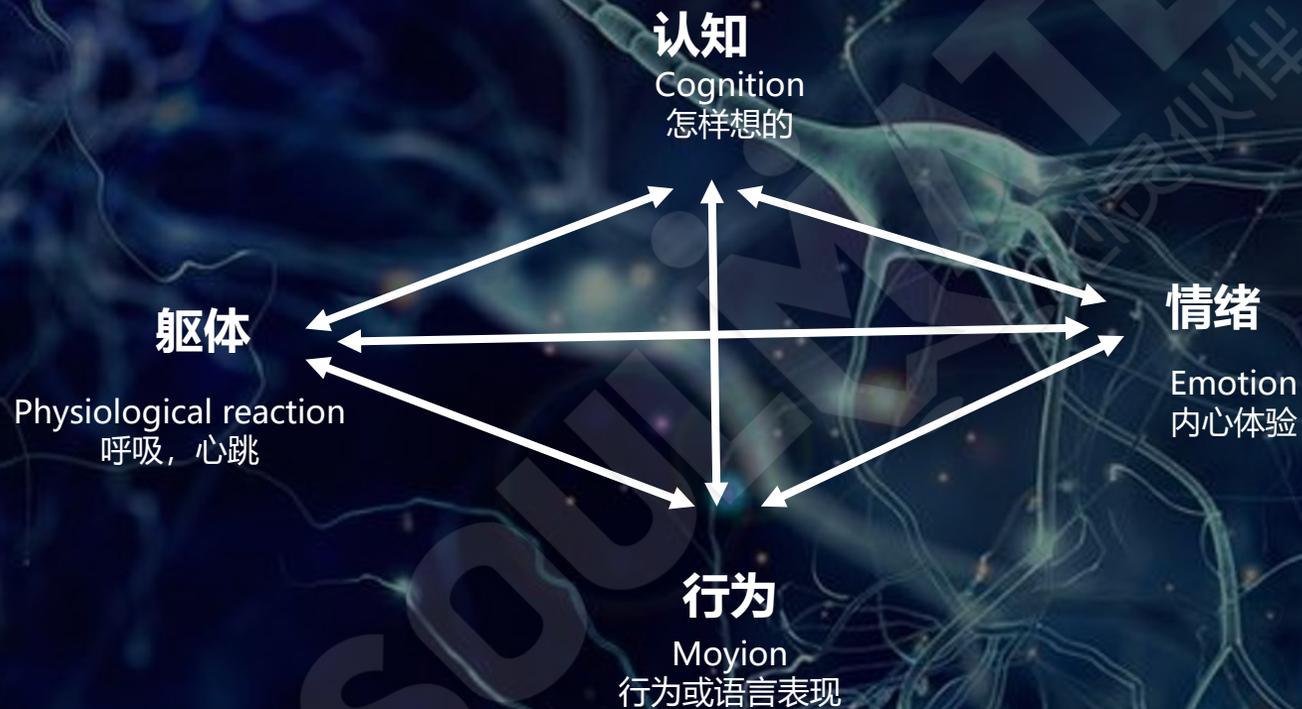
悲伤/愤怒...

肌肉紧张/心慌...

不说话/暴食



# ● 哪些行为需要改变? /行为症状间的互动模式



# ● 问题产生的条件/刺激

/ 在问题行为出现之前，与此行为有一定关系的内在或外在刺激条件

外部刺激

环境因素/他人行为

大考失败；父母离异；自然灾害...

S

stimuli

内部刺激

想法/情绪/生理

回忆；闯入性思维；心慌...



# 条件反射：当前因控制行为

经典条件反射：学会对信号刺激进行反映。  
巴甫洛夫认为，所有学习得来的行为，只不过是一长串的“条件反射”



望梅止渴



## ● 问题在什么条件下持续出现/后果

/  $F(X)=Y$  洞察行为背后的实际意义

满足了什么？避免了什么？短期VS长期？

Fuction(拖延)=满足了什么？避免了什么？

三个维度：

时间 (短期 vs 长期)

位置 (内在 vs 外在)

性质 (正强化 vs 负强化)



拖延的功能是  
什么？

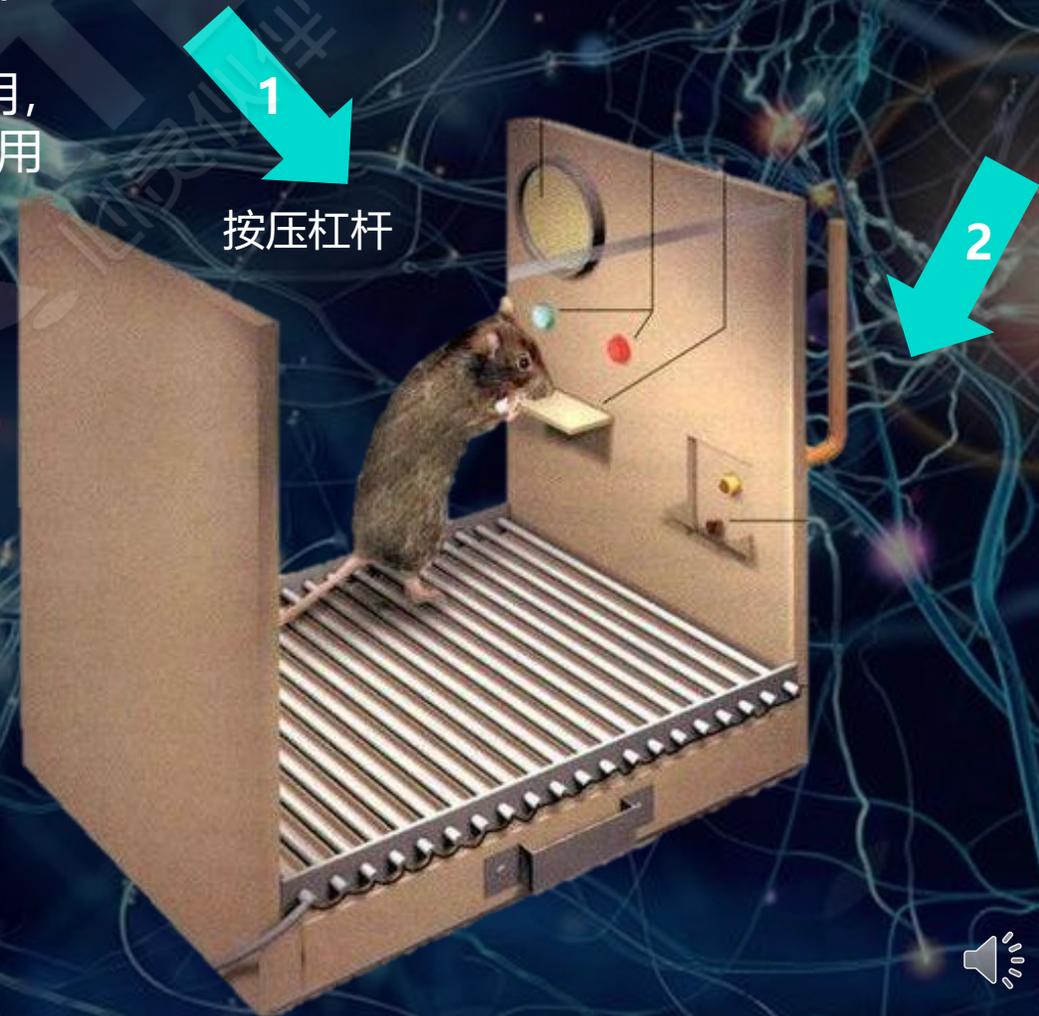
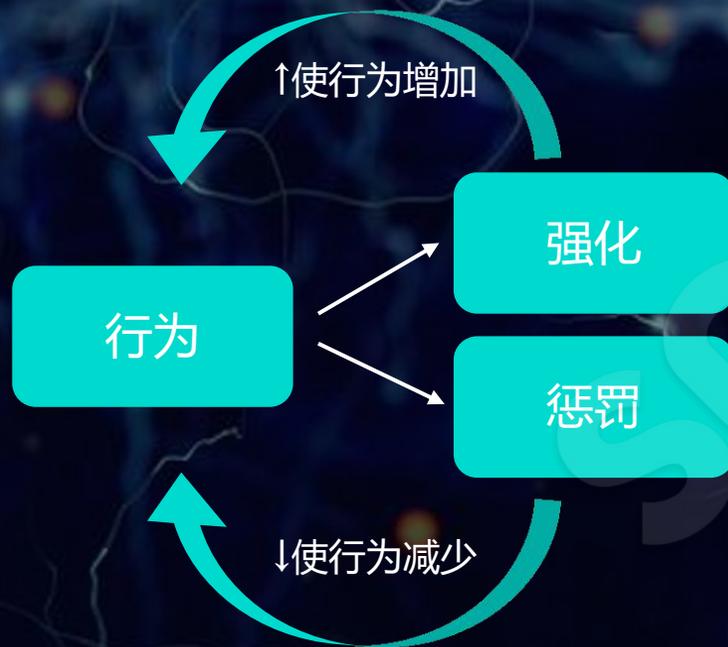


# ● 操作性条件反射：当结果控制行为

**操作性条件反射：**行为受行为之后发生的事情控制。当一个行为发生后接着给予一个强化刺激，则该行为再次出现的概率增加。

**Kazdin(2001)：**日常生活中大多数行为都是操作；

**D.L. Watson (2002)：**“通过操作行为，我们的行动发挥作用，并对自己和环境产生影响，通过影响（结果），环境再一次作用于我们。”



# 个体因素



刺激/情境

...



个体因素

...



反应

...



结果

稳定的生理/心理社会因素，相当于人格特质  
智力  
生理易感性，器官性疾病或生理限制  
态度/规则/假设/核心图式



# 03 SORC行为功能评估案例



# 个案概念化01/ “不愿去学校的高三学生”

S	O	R	C
<p><b>外部刺激</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-高三一模考失败;</li> <li>-数学不好, 暑假补课成绩不好</li> <li>-父母觉得他还可以, 劝她不要多想</li> </ul> <p><b>内部刺激</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-回想到过去考试失败的场景</li> <li>-觉得自己数学没考好</li> </ul>	<p><b>生理:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-自幼体弱多病</li> </ul> <p><b>个性:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-悲观消极</li> <li>-在意他人评价</li> <li>-自我要求高</li> </ul> <p><b>规则假设:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-我必须得到别人的爱;</li> <li>-如果我学习不好, 别人会嫌弃我</li> </ul> <p><b>图示:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-我是不被人爱的, 别人会嫌弃我</li> </ul>	<p><b>行为层面:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-不愿意去学校</li> </ul> <p><b>认知层面:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-“不优秀”“愚蠢”“不够好”“我脑子笨”</li> </ul> <p><b>情绪层面:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-焦虑紧张, 恐惧</li> </ul> <p><b>生理层面:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-出汗; 腹泻, 肌肉紧张</li> </ul>	<p><b>短期:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-焦虑得以缓解, 回避等问题行为得到负强化;</li> <li>-父母对自己态度稍微好转;</li> </ul> <p><b>长期:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-自我评价低,</li> <li>-人际关系, 家庭关系受到影响;</li> <li>-假设被强化, 问题行为越来越严重,</li> <li>-核心信念被验证</li> </ul>



谢谢观赏!

上海心灵伙伴云计算科技集团

